



## LA PREVENTION DE L'ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL DANS LA RELATION A LA PERSONNE DÉPENDANTE

### PUBLIC VISÉ

Tout public

### NATURE DE LA VALIDATION

Validation de la formation :  
attestation des acquis de  
formation

### DUREE

Durée moyenne : contenus et  
durées individualisés.

Durée en centre : 21 heures

Durée hebdomadaire moyenne :  
21h / semaine

### DATES PREVISIONNELLES

Du 04/03/2019 au 01/02/2021.

### LIEUX DE FORMATION

GMTI93

Lycée VOILLAUME

136, Route de Mitry

93600 Aulnay-sous-Bois

gmti93@ac-creteil.fr

Tél : 01 48 19 83 81

### CONTACT

Gmti93 Com

gmti93@ac-creteil.fr

### TARIFS

Prix tarif public maximum :  
378,00 €.

### OBJECTIFS

- comprendre la notion d'épuisement professionnel
- identifier les facteurs concourant à l'épuisement professionnel
- identifier les situations des personnes âgées suicidaires et dépressives
- repérer les signes de l'épuisement professionnel
- contribuer à déterminer les moyens d'aide dans une démarche de prévention

### CHAMP PROFESSIONNEL - MÉTIERS VISÉS

tout professionnel exerçant auprès de personnes dépendantes, âgées ou non, en structure (EHPAD, ESAT, etc.) ou à domicile (associations et entreprises d'aide à domicile)

### PRE-REQUIS

Positionnement : aucun.

### MODALITES PEDAGOGIQUES

études de cas - travaux de groupe  
mises en situations professionnelles  
diversité de supports adaptés aux publics (fiches pratiques, photos, pictogrammes)  
apports théoriques  
analyse de pratiques professionnelles

### CONTENUS

#### Définitions et contexte ; les causes et conséquences

- ▶ L'épuisement professionnel ou burn out : définitions et contexte d'émergence
- ▶ Les professionnels les plus sensibles
- ▶ Les signes d'alerte : fatigue chronique, frustration, insatisfaction, culpabilité ,  
démotivation
- ▶ L'isolement dans les relations professionnelles
- ▶ Les conséquences du burn out sur l'environnement professionnel

#### La prévention de l'épuisement professionnel

- ▶ Rôle de l'encadrement et apport du travail en équipe
- ▶ Rôle de l'institution et organisation du travail
- ▶ La prévention des situations à risque des patients âgés
- ▶ Communiquer avec ses proches
- ▶ Adopter une posture positive : faire un bilan, prendre du recul, se former, rechercher le plaisir

#### La demande d'aide

- ▶ Savoir dire non
- ▶ Savoir demander de l'aide : quand, à qui, comment?